

## Тема 2 Наукові основи педагогічного аналізу уроку фізичної культури

**Мета вивчення теми:** поглибити і розширити знання про наукові основи контролю навчально-виховного процесу з фізичної культури.

### План

1. Загальні основи контролю рівня навчально-виховного процесу.
2. Види і форми контролю.
3. Система контролю рівня фізичної підготовленості учнів.
4. Дидактична модель навчального процесу як основа педагогічного аналізу уроку фізичної культури.
5. Основні вимоги до сучасного уроку фізичної культури.
6. Програма спостереження на уроці фізичної культури та схеми його аналізу.



**Перелік ключових термінів і понять:** контроль, види контролю, дидактична модель, вимоги до уроку, програма спостереження.



### Теоретичні відомості

#### 1. Загальні основи контролю рівня навчально-виховного процесу

Для вирішення цієї проблеми необхідно проаналізувати стан навчально-виховного процесу з урахуванням основних науково-педагогічних підходів. Важливим компонентом такої роботи треба вважати педагогічний контроль за уроком фізичної культури.

**Контроль** – це сукупність дій, що дозволяють вивчити якісно-кількісні характеристики результатів навчання, оцінити засвоєний учнями навчальний матеріал програми.

Аналіз уроку необхідно розглядати не тільки як форму контролю за станом навчально-виховного процесу, але і як важливий чинник у галузі підвищення професійного рівня вчителя.

Проблему аналізу уроку з фізичної культури розглядали багато вчених. Запропонований ними аналіз уроку фізичної культури відбувається з точки зору системного підходу до цієї проблеми, що дозволяє оцінити кількісно та якісно навчально-виховний процес взагалі, а також окремі компоненти уроку.

*Цілі контролю:*

1. Перевірка роботи вчителя й учнів для коректування підготовки й організації занять.
2. Мотивація і цілеспрямованість роботи учнів, стимулювання їхньої діяльності.
3. Озброєння учнів способами контролю і самоконтролю.

Досягнення вказаних цілей можливе на основі конкретних вимог до їх реалізації.

Отже, *перша мета* може бути досягнута при реалізації таких вимог:

- різнобічний аналіз діяльності вчителя;
- охоплення всіх або більшої частини учнів контролем;

- оперативність отримання результатів контролю діяльності учителя та учнів.

Реалізація *другої мети* (мотивація роботи вчителів вимагає дотримання й таких вимог):

- об'єктивність контролю;
- визначення результатів і оцінки систематичної і якісної роботи учнів;
- ефективність використання часу уроку для охоплення контролем більшої частини учнів;
- використання різноманітних видів контролю.

Третя *мета* (озброєння учнів способам контролю і самоконтролю), вимоги:

- наявність контролюючих операцій;
- універсальність контролю за рівнем засвоєння навчального матеріалу;
- активна діяльність учнів у здійсненні самоконтролю.

Самоконтроль у фізичному вихованні учнів – це систематичні самостійні спостереження учнів за змінами свого здоров'я, фізичного розвитку і фізичної підготовленості. Дані самоконтролю необхідно фіксувати в щоденнику самоконтролю учнів.

*Правила самоконтролю:*

**1.** Усі зміни необхідно проводити в той самий час, в тих самих умовах, тим самим інструментом.

**2.** Дані, фіксовані в щоденнику, – це суб'єктивні показники (настрій, самопочуття, бажання займатися, переносимість занять, больові відчуття, сон, апетит), об'єктивні показники (ЧСС, життєва ємність легень, довжина тіла, маса тіла, окружність грудної клітки, динамометрія, артеріальний тиск).

Урахування такої інформації дозволяє всім учасникам навчального процесу бачити динаміку просування до наміченої мети на конкретному етапі навчання, застосовувати адекватні засоби для домашніх завдань кожного учня, засвоєння програмового матеріалу окремого розділу навчальної програми. За допомогою різних контрольних тестів учитель визначає рівень теоретико-методичної і фізичної підготовки, оцінює функціональний стан організму учнів. Результат необхідно фіксувати в спеціальному журналі вчителя і зошитах учнів.

## **2. Види і форми контролю**

**Діагностичний контроль** (комплексна діагностика всіх сторін готовності). Мета – визначити рівень теоретичних знань, практичних умінь та навичок, розвиток основних рухових якостей. Застосовують цей вид контролю на початку навчального року, півріччя, перед вивченням окремого виду програми.

**Допоміжний контроль** – встановлення під час уроку доступності виконання запропонованого вчителем матеріалу (завдання) учнів. Відбувається контроль за допомогою коротких перевірочних завдань.

**Поточний контроль.** Мета контролю – перевірити якість засвоєння знань, умінь, навичок конкретної теми або цілого розділу програми. Для поточного контролю необхідно застосовувати ті методи і прийоми, які дають

можливість отримати термінову інформацію і про техніку виконання вправ, рівень розвитку фізичних якостей, і про реакцію організму на навантаження.

Основними способами поточного контролю є: пряме, інструментально забезпечене спостереження, самоспостереження, опитування, самоаналіз тощо.

**Рубіжний або тематичний контроль** проводять для оцінки засвоєння великого обсягу вивченої інформації за темою або розділу.

**Підсумковий контроль** проводиться після завершення вивчення окремого розділу навчальної програми за семестр, півріччя, навчальний рік.

*Основні компоненти контролю:*

- перевірка – виявлення рівня і якості засвоєння теми;
- оцінка – визначення і вираження результатів перевірки в оцінках судження і в умовних знаках (оцінка, залік) відповідно до заздалегідь встановлених критеріїв;
- облік – документальна реєстрація перевірки й оцінки.

### **3. Система контролю за рівнем фізичної підготовленості учнів**

*Мета діагностичного контролю за рівнем фізичної підготовленості:*

- визначення індивідуального рівня фізичного розвитку, основних рухових якостей;
- визначення сформованого раніше фонду фізичної підготовленості, а саме – рухових вмінь та навичок;
- фіксація показників фізичної підготовленості;
- виявлення рівня сформованості позитивних мотивів та індивідуальних настанов до активних занять фізичними вправами.

*Мета контролю за руховою діяльністю:*

- визначення оптимального обсягу навантаження з урахуванням віку, статі, фізичної й технічної підготовленості;
- визначення рівня рухової діяльності учнів на основі аналізу режиму чергування навантаження і відпочинку.

*Мета контролю динаміки функціональних змін в учнів:*

- дослідження реакції організму на темп і ритм виконання фізичних вправ;
- оцінка функціонального стану учнів на основі суб'єктивних показників учнів;
- оцінка функціонального стану учнів на основі об'єктивних показників;
- визначення показників динаміки функціонального стану за допомогою диференційованих і доступних методів і засобів. Важлива умова – порівняння отриманих даних, динаміки результатів такого контролю.

*Мета контролю за рівнем сформованості рухових вмінь та навичок:*

- визначення рівня сформованості конкретних вмінь та навичок на відповідному етапі навчання;
- оцінка техніки виконання відповідних вправ на основі визначених вимог;
- оцінка ступеня сформованості вмінь та навичок при виконанні фізичних вправ у нестандартних умовах;

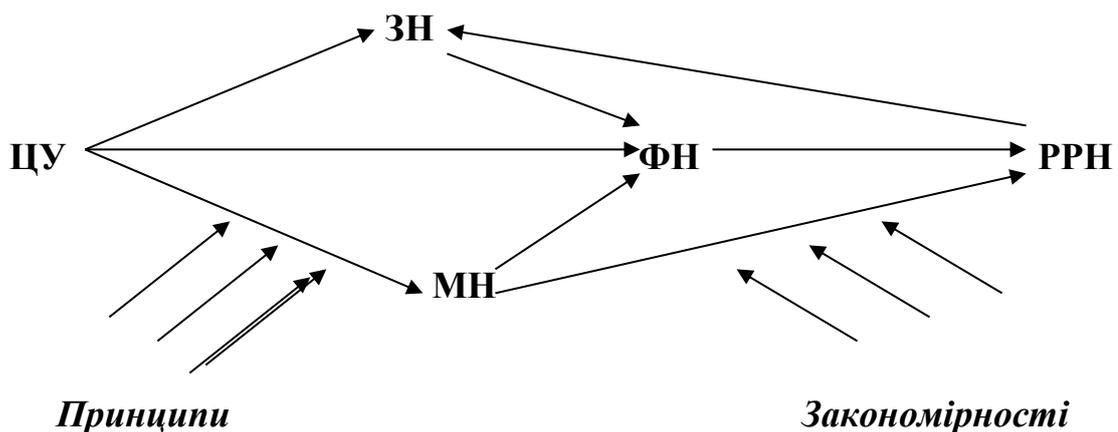
- озброєння учнів способами й методами оцінки та самооцінки виконання фізичних вправ;
- визначення якості тактичних дій у період рухових дій та ігор.

*Мета контролю за рівнем розвитку основних рухових якостей та кількісних показників:*

- визначення рівня розвитку основних рухових якостей;
- оцінка показників рухової підготовленості за різними розділами програми;
- оцінка показників рухової підготовленості учнів випускних класів.

#### **4. Дидактична модель навчального процесу як основа педагогічного аналізу уроку**

Головна функція дидактики (didasko – навчаю, наука про освіту і навчання) полягає в науковому обґрунтуванні практики, а саме навчального процесу. У сучасному визначенні «навчання» – спільна діяльність учителя й учня для прискореної передачі молодому поколінню і засвоєнню ним шляхом організованої пізнавальної та пошукової діяльності накопиченого соціального досвіду в особистий досвід.



*Дидактична модель уроку включає:*

**ЦУ** – цілі уроку

**ЗН** – зміст навчання

**ФН** – форми навчання

**МН** – методи навчання

**РРН** – реальний результат навчання

*Конкретно про кожний компонент навчання.*

**Ціль уроку (ЦУ)** з позиції дидактики – це ідеальна модель результату, що очікується, засвоєння фізкультурної освіти, до якої прагнуть у процесі спільної діяльності вчителя та учнів. Серед основних цілей виділяють: освітні (пізнавальні і інтелектуальні); розвивальні (зміни фізичного й функціонального характеру); виховні (зміни морального, морально-вольового характеру).

**Зміст навчання (ЗН)** – це педагогічно адаптований соціальний досвід, що складається з чотирьох компонентів:

- знання про природу, суспільство, техніку, людину, способи діяльності інтелектуального й практичного характеру;
- досвід застосування відомих способів діяльності, що реалізуються через навички та вміння особистості;
- досвід творчої діяльності, що включає інтелектуальні процедури;
- досвід емоційного ставлення до дійсності, що стає об'єктом або способом діяльності.

Зміст навчання – це категорія історична, що змінюється залежно від соціального замовлення суспільства.

**Методи навчання (МН)** – система послідовних взаємодій учителя й учня, спрямованих на організацію, засвоєння змісту фізкультурної освіти.

Загальнопедагогічна класифікація методів навчання – словесні, наочні, практичні (фізкультурна класифікація) з урахуванням особливостей діяльності.

Функції методів навчання: освітня, розвивальна, виховна, мотиваційна, контрольна-корекційна.

**Форми навчання (ФН)** – цілеспрямоване формування співробітництва вчителя та учнів, що визначається добром і послідовністю ланок навчальної роботи, часовим та просторовим режимом. Виділяють фронтальні, групові, індивідуальні форми навчання, їх різновиди.

**Реальний результат навчання (РРН)** – об'єктивно фіксовані результати – кількісні та якісні зміни в діяльності учнів відносно початкового стану.

Функціональна взаємодія мети, змісту, методів та форм навчання зумовлює досягнення реального результату навчання. Адекватність реального результату навчання діагностується зворотним зв'язком – ЦН (ціль навчання).

Ступінь адекватної відповідності реального результату навчання цілям навчання як ідеальній моделі навчання очікуваного результату є показником ефективності навчального процесу.

**Закономірності навчання** – стійкі, педагогічні явища, які базуються на повторюваності фактів, навчальних дій учителя, учнів та засобів навчання і є теоретичною основою принципів навчання.

Основні закономірності, що виявляються і впливають на рівень навчально-виховного процесу, здійснюваного на уроках фізичної культури:

1. Взаємозалежність процесів освіти, виховання та розвитку учнів.
2. Відповідність цілей викладання та навчання.
3. Взаємозалежність основних компонентів процесу навчання. Прояв такої закономірності залежить переважно від педагога, від його професійного рівня, від того, як він усвідомлює повноту цілей навчання та реалізує відповідний цілям зміст, методи і форми організації діяльності учнів.
4. Взаємодія вчителя, учнів і змісту навчання.
5. Єдність активної діяльності учнів і педагогічного керівництва вчителя.
6. Активність учнів у навчальній діяльності.
7. Взаємозв'язок і взаємозалежність навчальних, пізнавальних та фізичних можливостей учнів.

**Принципи навчання** (основа, початок, основне правило) – вихідні положення, що визначають найбільш загальні вимоги керівництва процесом фізичного виховання, а їх практична реалізація робить його більш ефективним.

Принципи навчання тісно пов'язані з цілями й закономірностями навчання. Вони історично конкретні та відбивають суспільні потреби у сфері освіти. Ми наводимо принципи, якими слід керуватися на уроках фізичної культури, а не розкриваємо зміст основних загальнопедагогічних принципів.

Безумовно, учителям фізичної культури слід керуватися загальнопедагогічними принципами під час організації та здійснення навчально-виховного процесу, але враховуючи специфіку предмета, де провідним компонентом є способи діяльності (різноманітні фізичні вправи), їм слід знати, що існують і власне предметні принципи. У зв'язку з цим Л.П. Матвеев цілком справедливо вказує на необхідність використання у фізичному вихованні і загальнопедагогічних (дидактичних), і спеціальних принципів, які окреслюють ряд специфічних закономірностей фізичного виховання.

Серед *принципів*, що розкривають функціональні закономірності побудови системи занять у фізичному вихованні, найважливішими є:

1. *Принцип безперервності*, який зобов'язує гарантувати в загальній послідовності ефективність занять, не допускати перерв, що порушують цей ефект. Принцип безперервності узагальнено відбиває закономірності розгортання фізичної підготовки як цілісного процесу, усі ланки якого мають бути пов'язані в єдине ціле.

2. *Принцип раціонального чергування навантаження та відпочинку*, який впливає з необхідності змінювати підвищену активність відпочинком і зумовлює певний порядок їх чергування.

3. *Принцип поступового зростання розвивально-тренувального впливу і адаптивного збалансування їхньої динаміки*. Цей принцип зумовлює забезпечення ефективності занять на основі послідовної реалізації все складніших рухових завдань, поступового підвищення рухової активності, збільшення обсягу та інтенсивності навантаження у міру зростання функціональних можливостей організму, під впливом різних чинників. Отже, при застосуванні цього принципу слід дотримуватися положень:

– сумарне навантаження на уроці необхідно регламентувати стосовно рівня тренуваності учнів з урахуванням конкретних показників адаптації їхнього організму до використовуюваного навантаження;

- ступінь збільшення навантаження може бути тим вищим, ніж вищий досягнутий рівень загальної фізичної підготовки та спеціальної тренуваності;

- залежно від рівня адаптації до сумарного навантаження занять воно може бути тимчасово стабілізованим або зниженим. Проте можна судити з окремих функціональних показників реакції систем організму про це фізичне навантаження й зміни роботоздатності взагалі.

4. *Принцип циклічної будови системи занять*. У шкільній фізичній культурі слід керуватися цим принципом. Характеризується цей принцип частковою повторюваністю фізичних вправ, уроків, серії уроків фізичної культури.

Кожен урок є частковим повторенням попереднього і водночас виражає тенденцію розвитку навчально-виховного процесу, тобто відрізняється від попереднього оновленням змісту, частковою зміною засобів і методів, підвищенням фізичного навантаження.

Виходячи зі вказаних закономірностей і принципів навчання, визначені основні вимоги до організації та проведення уроків з фізичної культури.

## **5. Основні вимоги до сучасного уроку фізичної культури**

Проблемою визначення вимог до уроку займалися вчені, починаючи з Я.А. Коменського. Найбільший внесок у вирішенні цієї проблеми зробили Б. Єсіпов, М.Данілов, М.Скаткін, Ю.Бабанський, Н.Оніщук, із сучасних педагогів – П. Москаленко. Кожен із них обґрунтував свої підходи та критерії визначення провідних вимог до сучасного уроку, але більшість із них не врахували того факту, що вимоги слід розглядати з різних аспектів, а саме: педагогічних, психологічних та фізіологічних і не ставити їх в один ряд.

У більшості спостережень за ходом навчально-виховного процесу, де названі основні вимоги до уроку, ми зустрічаємо перелік запитань який має хаотичний, безсистемний характер. Спираючись на теоретичні дослідження, ми дійшли висновку, що визначення основних вимог до уроку фізичної культури може здійснюватися тільки на основі врахування закономірностей навчання.

### **До загальнодидактичних вимог сучасного уроку відноситься:**

*1. Комплексне планування найбільш важливих завдань освіти, виховання та розвитку.*

Комплексний підхід потребує з боку вчителя планувати вирішення не тільки освітніх (дидактичних) завдань, які пов'язані із засвоєнням учнями теоретичних знань та практичних умінь та навичок, а й завдань виховання та розвитку школярів.

У виховному плані процес навчання повинен забезпечити засвоєння принципів морального, трудового, естетичного виховання. У плані розвитку особистості навчальний процес повинен розвивати науковий світогляд, інтелект, емоційну сферу, формувати мотиви та потреби учня, пізнавальні інтереси, волюву сферу, творчі можливості.

Конкретизація дидактичних завдань залежить від типу уроку і його місця в системі уроків певного розділу, окремої теми, що вивчається.

*2. Забезпечення належних матеріально-технічних та санітарно-гігієнічних умов проведення уроку.* Обов'язковість додержання санітарно-гігієнічних вимог не потребує коментування. А матеріально-технічне забезпечення (підготовка спортивного майданчика, спортивного залу, обладнання, інвентарю тощо) має відповідати тим цілям, які визначені вчителем для даного уроку.

*3. Добір оптимального змісту навчального матеріалу з урахуванням визначених завдань, матеріального забезпечення, з урахуванням принципів, а також різноманітності засобів, що використовуються.*

*4. Додержання дидактично обґрунтованої структури уроку, де передбачається не тільки наявність підготовчої, основної та заключної частини (макроструктури), а й час, що витрачається на кожен з них. У кожній частині*

повинні бути реалізовані елементи мікроструктури, що властиві тільки цій частині (підготовчий, заключний).

5. Використання раціональних методів та організаційних форм, які відповідають визначеним цілям, змісту та структурі уроку. Мається на увазі оптимальне використання словесних (вербальних), наочних, практичних методів, методів стимулювання та контролю, а також фронтальних, групових, індивідуальних форм організації діяльності учнів із обов'язковим використанням диференційованого та індивідуального підходу.

6. Досягнення високого рівня морально-психологічного та емоційного клімату протягом усього уроку. Кожен урок має характеризуватися високим рівнем спілкування вчителя та учнів, суворим додержанням норм педагогічної етики, культура мови та педагогічний такт, сприятливим емоційним настроєм.

7. Чітке визначення і якісне вирішення поставлених освітніх, виховних та розвивальних завдань уроку.

**До вимог, які мають специфічний для уроків фізичної культури характер, слід віднести:**

1. Урахування вікових, статевих, анатомо-фізіологічних особливостей учнів, їхньої фізичної та технічної підготовки.

2. Постійний контроль за реакцією організму учнів на різні фізичні вправи, навантаження, ритм і темп виконання вправ; спостереження за самопочуттям учнів під час функціональної проби (визначення реакції серцево-судинної системи за допомогою пульсометрії).

3. Досягнення належного рівня загальної та моторної щільності. Учителю необхідно забезпечувати максимальну зайнятість усіх учнів на уроці. Час слід використовувати доцільно, не допускати вимушених простоїв.

4. Дотримання відповідних правил техніки безпеки. Обов'язковою умовою правильної організації уроків фізичної культури є створення систем профілактичної роботи щодо запобігання травмам і пошкодженням при виконанні різноманітних фізичних вправ. Основними засобами такої роботи слід вважати: озброєння учнів необхідними теоретичними знаннями, використання страховки та самостраховки.

## **6. Програма спостереження на уроці фізичної культури та схеми його аналізу**

На основі загальнодидактичної моделі навчального процесу і з урахуванням особливостей та специфіки (рухова діяльність) уроків фізичної культури розроблено схему спостереження і аналізу уроку. В цій схемі у певній послідовності визначені компоненти і їхні складові, за допомогою аналізу і оцінки яких можна об'єктивно судити про якість навчально-виховного процесу.

Це один із варіантів, який можна і потрібно переробляти й удосконалювати, бо навчально-виховний процес настільки багатогранний, що розробити якусь ідеальну схему аналізу і вказати оптимальні компоненти дуже важко, а може, і неможливо.

### **I. Цілі й завдання уроку**

1. Визначення основних цілей уроку.
2. Формулювання освітніх, виховних і розвиваючих цілей.

3. Відповідність освітніх цілей програмовому матеріалу, обґрунтованість їх добору з урахуванням типу уроку, місця цього уроку в системі уроків розділу програми, окремої теми.

4. Добір оптимальної кількості завдань із урахуванням типу уроку, віку (молодші, середні, старші класи), підготовленість учнів (фізична, технічна), їхніх функціональних можливостей.

5. Якість повідомлення учням мети уроку: доступність розкриття конкретних завдань, аргументованість викладання, наявність зв'язку із завданнями попередніх і наступних уроків.

6. Визначення головних та другорядних цілей.

7. Визначення адекватності поставлених цілей рівню розвитку учнів класу, їх реалізація протягом уроку.

## **II. Умови проведення уроку**

1. Матеріально-технічні умови:

- наявність матеріально-технічних умов відповідно до визначених завдань (спортивний майданчик, спортзал, стадіон та ін.);

- наявність необхідної кількості обладнання, інвентарю, ТЗН відповідно до поставлених завдань;

- ефективність використання матеріально-технічної бази, обладнання та інвентарю;

- розташування зон занять, обладнання та спортивного інвентарю для оптимального використання часу уроку.

2. Санітарно-гігієнічні умови:

- відповідність обладнання та інвентарю віку і статі учнів, їхній фізичній та функціональній готовності;

- відповідність спортивного одягу учнів погодним умовам, розділу програми, що вивчається (легка атлетика, спортивні ігри та ін.);

- підготовка місця проведення уроку відповідно до санітарно-гігієнічних вимог (чистота, освітленість, температура);

- відповідність обладнання та інвентарю вимогам правил техніки безпеки.

3. Оптимальний психологічний мікроклімат уроку. Рівень взаємовідносин учителя та учнів відіграє значну роль у підвищенні якості навчально-виховного процесу. Більше уваги при створенні оптимального мікроклімату на уроці слід приділити психологічному аспекту аналізу уроку.

## **III. Зміст навчального матеріалу уроку**

1. Відповідність змісту навчального матеріалу програми певного класу дидактичним цілям уроку.

2. Відповідність змісту навчального матеріалу виду та типу уроку.

3. Наявність зв'язку змісту навчального матеріалу зі змістом попередніх і наступних уроків.

4. Відповідність змісту фізичній, технічній та функціональній підготовці учнів.

5. Наявність комплексу основних та допоміжних (підготовчих, підвідних, спеціальних) способів діяльності (фізичних вправ), а також науково-предметних і допоміжних (нормативно-профілактичних, контрольних-оцінюючих, міжнаукових та міжпредметних) знань.

6. Озброєння учнів досвідом творчого застосування знань, умінь та навичок у мінливих, нестандартних умовах, а також досвідом емоційно-ціннісного ставлення до матеріалу, який треба вивчати.

7. Якість добору змісту з урахуванням його цілісності; наукової та практичної вагомості елементів, достатньої інформативності, практичної значущості.

8. Додержання логічної послідовності презентації змісту навчального матеріалу на кожному етапі уроку.

#### **IV. Структура уроку**

1. Макроструктура уроку:

- відповідність тривалості підготовчої, основної та заключної частин уроку і віку учнів (молодші, середні та старші класи);

- логічна послідовність основних етапів уроку.

2. Мікроструктура основних частин уроку:

- наявність необхідних структурних елементів підготовчої, основної та заключної частин;

- оптимальність розподілу часу на мікроструктурні елементи змісту навчального матеріалу в підготовчій та заключній частинах;

- оптимальність розподілу часу в основній частині на вирішення основних дидактичних завдань уроку.

#### **V. Методи навчання на уроці**

1. Відповідність методів та прийомів навчання цілям і завданням, змісту навчального матеріалу, віковим можливостям учнів і реальним навчальним умовам проведення уроку. Нижче наводяться орієнтовані вимоги до окремих методів навчання.

а) Вербальні (словесні):

- якість мови вчителя (знання термінології, відсутність дефектів, образність, аргументованість, доступність викладання та ін.);

- оптимальність використання різноманітних форм: розповіді, пояснення, опису, інструктажу, команди, показу та інших форм методу слова.

б) Наочні:

- наявність якісного показу вчителем фізичних вправ, комбінацій, окремих елементів;

- використання на уроці показу різних фізичних вправ учнями (правильний і неправильний);

- застосування ілюстративних матеріалів (схем, рисунків, фото-кіноматеріалів та ін.);

- використання зорових орієнтирів (світлові сигнали, інвентар різного кольору);

- наявність застосування наочності з аргументованим поясненням.

с) Практичні:

- доцільність використання методу розчленованого навчання фізичних вправ або методу навчання вправ взагалі;
- наявність необхідної кількості повторів виконання видів для забезпечення тренувального ефекту;
- оптимальність використання навантаження, темпу та ритму виконання вправ;
- доцільність використання ігрового та змагального методів, специфічних тренувальних методів (повторний, почерговий, рівномірний).

d) Стимулювання:

- система використання й контролю вербальної оцінки та бальної оцінки для стимулювання діяльності учнів, визначення рівня їхньої фізичної та технічної підготовки;
- озброєння учнів умінням оцінювати та контролювати власну діяльність та діяльність однокласників (взаємоконтроль та взаємооцінка);
- своєчасність попередження помилок, пояснення причин їх виникнення, визначення способів та засобів виправлення помилок;
- наявність оптимального поєднання різноманітних методів навчання, стимулювання та контролю.

2. Ефективність комплексного використання загальнодидактичних та спеціальних методів навчання.

## **VI. Форми організації навчання на уроці**

1. Відповідність обраних форм організації діяльності учнів завданням, змісту та методам навчання.

2. Оптимальність добору й використання різноманітних форм організації діяльності учнів (фронтальна, групова, індивідуальна та їх різновиди, а також метод колового тренування).

3. Наявність на уроці необхідних організаційних заходів: своєчасний та організований початок і закінчення уроку; чітке шиккування та перешикування (при зміні місця занять і видів роботи; розташування учнів на місці роботи з урахуванням просторових вимог до виконання фізичних вправ; визначення чергових, груповодів, капітанів команд, суддів та ін.); доцільність і своєчасність установки обладнання та розподілу інвентарю; організація страховки та самостраховки під час уроку.

4. Обґрунтований поділ учнів на групи, ланки, команди на основі вимог диференційованого підходу з урахуванням статевих, фізичних, технічних та функціональних можливостей учнів.

5. Наявність індивідуального підходу до організації діяльності учнів, які потребують відокремлених місць роботи.

6. Раціональність організації особистої діяльності вчителя: вибір місця розташування під час проведення підготовчої, основної, заключної частин уроку, організація самостійної діяльності найбільш підготовлених учнів і надання допомоги відстаючим.

7. Організація на уроці діяльності учнів, яких віднесено за станом здоров'я до спеціальної медичної групи.

## **VII. Вирішення дидактичних цілей**

1. Озброєння теоретичними знаннями:

- рівень озброєння учнів предметно-науковими та допоміжними знаннями (нормативно-профілактичні, контрольні-оціночні) з урахуванням мети уроку;

- відповідність якості теоретичних знань загальнодидактичним вимогам (міцність, системність, усвідомленість та ін.);

- якість перевірки рівня теоретичних знань учителем, яка форма використовується (усна, письмова, програмована).

2. Оволодіння практичними способами діяльності (руховими вміннями та навичками):

- рівень формування основних рухових умінь та навичок із урахуванням поставлених на уроці цілей;

- наявність розвитку основних рухових якостей;

- якість перевірки рівня засвоєння рухових умінь та навичок у нестандартних умовах.

3. Озброєння учнів системою контролю та самоконтролю за рівнем засвоєння теоретичних знань, вироблених практичних умінь та навичок, розвитком основних рухових якостей (сила, швидкість, спритність, гнучкість, витривалість).

## **VIII. Вирішення виховних завдань**

1. Чи були поставлені виховні цілі перед учнями?

2. Який вплив (позитивний чи негативний) мав на учнів рівень підготовки та реалізація основних структурних компонентів навчального процесу (поставлені цілі та завдання, організація умов, добір змісту та структури уроку, обрані методи, організаційні форми, рівень вирішення дидактичних цілей)?

3. Наявність оптимального психологічного мікроклімату на уроці, позитивного фону взаємодії вчителя та учнів.

4. Уміння учнів поводитися відповідно до моральних норм.

## **IX. Вирішення оздоровчих завдань**

1. Інтелектуальний розвиток (усвідомлене користування теоретичними знаннями, використання проблемних питань та вирішення проблемних ситуацій).

2. Фізичний розвиток (дозування навантаження з урахуванням віку, статі учнів, їхньої функціональної підготовки; додержання оптимального темпу та ритму виконання вправ; чергування активної роботи з відпочинком; наявність коригувальних вправ, вправ для формування правильної постави, ліквідація недоліків у будові тіла, розвитку оптимального дихання).

3. Естетичний розвиток.

4. Етичний і морально-вольовий розвиток.

5. Наявність системи контролю за рівнем функціонального стану (перевірка функціонального стану за допомогою пульсу і спостереження за

зовнішнім виглядом учнів для попередження втоми; постійне використання засобів страхівки та самострахівки; відповідність фізіологічної кривої навантаження під час уроку гігієнічним нормам).

Показник максимального навантаження (межа) на уроці не повинен перевищувати 170 уд/хв. Різниця між показниками на 45-й хвилині і на початку уроку складає  $15 \pm 5$  ударів за хвилину.

У процесі занять фізичними вправами, як правило, настає втома певного ступеня. Вона свідчить про термінове зменшення роботоздатності, виражається у зниженні рівня кількісних та якісних показників праці, погіршенні координації рухів, функцій основних систем організму, що при подальшому збільшенні інтенсивності діяльності та навантаження може призвести до травм.

Фізичні навантаження, що перевищують функціональні можливості учня, а також темп і ритм виконання вправ, які неадекватні можливостям учнів, – головні причини виникнення травм та пошкоджень на уроках фізичної культури.

## **X. Щільність уроку**

Кожен учитель фізичної культури повинен прагнути до максимального використання часу на уроці та раціональної витрати його на вирішення поставлених цілей. Одним із показників ефективності уроку є його щільність, яка характеризує ефективність використання часу уроку. Під час аналізу уроку оцінюється загальна і моторна щільність.

### *1. Загальна щільність уроку:*

$$\frac{\text{сума раціонально витраченого часу} * 100\%}{45 \text{ хв}}$$

45 хв

До раціонально витраченого часу належать: повідомлення мети уроку, пояснення техніки та правил виконання вправ, практичне виконання вправ, визначення функціонального стану учнів, інструктаж, пояснення помічених помилок, взаємоконтроль, оцінювання, розстановка й прибирання приладів, роздача та збір інвентарю та ін.

До нераціонально витраченого часу слід віднести всі дії вчителя й учнів, що не сприяють вирішенню завдань уроку: вимушені простой, нераціональне шиккування та перешикування, підготовка місця занять, що слід було зробити до уроку, витрати часу через запізнення або передчасне закінчення уроку.

Показники загальної щільності уроку: відмінно – 95-100%, добре – 85-94%, задовільно – 75-84%.

### *2. Моторна щільність уроку:*

$$\frac{\text{сума часу, витраченого на виконання вправ} * 100\%}{45 \text{ хв}}$$

45 хв

Час руху складається тільки з того часу, який витрачається учнями (учнем) на виконання різноманітних вправ. Для різних видів уроку критерії оцінювання різні. Спортивні та рухливі ігри, легка атлетика: відмінно – 75% та більше; добре – 65-74%; задовільно – 55-64%; гімнастика, плавання: відмінно – 70% та більше, добре – 60-69%; задовільно – 50-59%.

Щільність уроку визначається за допомогою хронометражу, який проводиться з урахуванням таких видів діяльності учнів та вчителя:

- виконання учнями вправ;
- слухання вчителя (пояснення, інструктаж) і спостереження за показом вправ; відпочинок, очікування виконання чергового завдання;
- шикування, перешикування, підготовка місця занять, прибирання обладнання та інвентарю;
- простій.

У ролі об'єкта спостереження виступає один із учнів. Секундомір вмикають по дзвінку на урок, вимикають після його закінчення. Дані спостереження і хронометражу фіксують у протоколі.

## *Схема педагогічного аналізу уроку*

**1. Загальні відомості** (дата, місце і час проведення уроку, клас, школа, кількість учнів).

**2. Підготовка до уроку** (наявність плану-конспекту, його відповідність поставленим програмою, завданням; підготовка і стан місць занять, готовність учнів до уроку).

### **3. Проведення уроку.**

Підготовча частина (тривалість, своєчасність початку уроку, термінологічна грамотність, правильність проведення підготовчих вправ, контроль за діями класу, регулювання навантаження).

Основна частина (методи організації діяльності учнів, реалізація принципів навчання, відповідність навантаження умовам проведення уроку та віку учнів, активізація діяльності учнів, застосування видів страховки та їх доцільність у кожному окремому випадку).

Заключна частина (відповідність вправ поставленим завданням, завершення уроку, підбиття підсумків, домашнє завдання).

**4. Діяльність учнів на уроці** (ставлення учнів до уроку, ставлення учнів до вчителя, дисциплінованість, активність і самостійність учнів, ставлення учнів до місць занять, прибирання приладів, інвентарю).

**5. Діяльність учителя на уроці** (зовнішній вигляд учителя, рухова підготовленість, манера поводження перед класом, культура мови учителя, доступність викладеного та термінології, уміння керувати класом, ставлення учителя до учнівського колективу та до кожного окремого учня зокрема, уміння вчителя перебудувувати хід уроку залежно від умов, використання оцінки як засобу стимулювання учнів до оволодіння навчальним матеріалом).

**6. Підсумки уроку** (ступінь вирішення завдань уроку, аналіз досягнень та недоліків уроку, ефективність застосованих методів навчання та організації уроку).

**7. Висновки та пропозиції** (загальна оцінка проведення уроку, рекомендації щодо удосконалення організації, методів навчання і виховання, підвищення професійних якостей учителя).

## Технологічна карта аналізу уроку фізичної культури

### Загальні відомості

Учитель \_\_\_\_\_ Клас \_\_\_\_\_ Дата проведення уроку \_\_\_\_\_

Предмет \_\_\_\_\_ Тема уроку \_\_\_\_\_

Мета уроку \_\_\_\_\_

Мета відвідування \_\_\_\_\_

### II. Параметри оцінки уроку

№ п/п	Структурні елементи уроку	Бали			
		0	1	2	3
1	Організація початку уроку				
2	Ефективність перевірки домашнього завдання				
3	Перевірка ґрунтовності знань				
4	Постановка пізнавального завдання				
5	Актуалізація знань і способів діяльності учнів				
6	Застосування методів проблемного навчання				
7	Співвідношення діяльності вчителя та учнів				
8	Організація самостійної роботи учнів				
9	Забезпечення позитивної мотивації навчання				
10	Забезпечення активності учнів				
11	Зв'язок матеріалу з життям, практикою				
12	Володіння вчителем способами створення проблемних ситуацій				
13	Наявність зворотного зв'язку з учнями в ході уроку				
14	Доцільність та ефективність використання наочності та ТЗН				
15	Урахування вчителем індивідуальних особливостей учнів				
16	Диференціація завдань під час уроку				
17	Поетапність вивчення нового матеріалу				
18	Тактовність та демократичні взаємини з учнями				
19	Рациональність використання часу уроку				
20	Ефективність контролю за роботою учнів, оцінка знань та вмінь				
21	Адекватність сприйняття учнем оцінки вчителя				
22	Розробка алгоритму для виконання домашнього завдання				
23	Підбиття підсумків уроку				
24	Ступінь емоційного впливу уроку на учнів				
25	Відповідність типу уроку поставленій меті				
	<b>Ефективність уроку</b>				

**Кількість балів** за кожний пункт виставляється, виходячи з критерію:

3 бали – виконується повністю;

2 бали – виконується в основному;

1 бал – виконується частково;

0 балів – не виконується.

**Ефективність уроку** оцінюється за коефіцієнтом К, що визначається як результат ділення суми балів за кожний компонент уроку на 75, тобто на максимально можливу суму балів. Якщо К лежить у межах від 0,8 до 1 – то ефективність уроку висока; у межах від 0,6 до 0,8 – середня; нижче, ніж 0,6 – ефективність низька.